

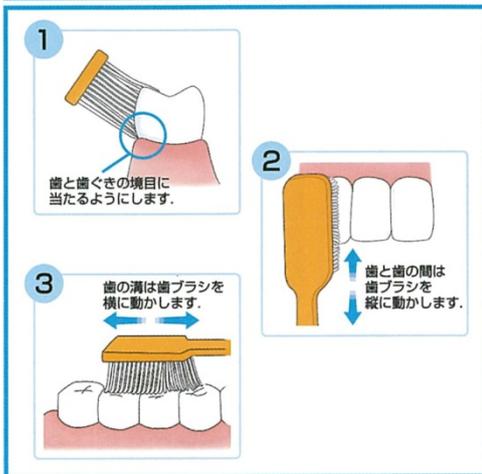
日常生活の中でよい歯の状態を保つには？

歯科の2大疾患、むし歯と歯周病の陰には好ましくない生活習慣病があります。たとえば、糖分の過剰摂取、食物の頻回摂取、喫煙、不適切な歯みがき習慣等ですが、仮に歯科医院で治療が一通り終わったとしても、それは対症療法であって、病気になった発症源（例：歯垢）の原因（なぜそうなったのか？）を取り除いたわけではないのです。

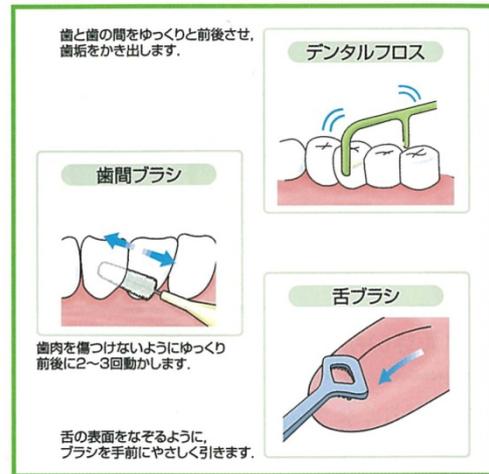
そこで必要になってくるのが生活習慣の改善と家庭で毎日行うホームケアと歯科医院で行われるプロフェッショナルケアですが、ここではホームケアについて図式で説明させていただきます。これを参考に毎日続けることは大変ですが、治療後のリスクを排除するためにも是非頑張ってほしいものです。

ホームケア

ブラッシング



補助用具の使い方



追記：ケアの補助道具としては歯間ブラシ・舌ブラシ・糸ようじ等があり、又それらの使い方についてはかかりつけの先生のもとで指導を受けてください。